



## Tisková zpráva

31. srpna 2016, Praha

Fandíme zdraví, aneb co se v mládí naučíš!

**„Fandíme zdraví“ je nový projekt iniciativy Víím co jím a piju o.p.s. V září 2016 startuje tento program na 15 vybraných základních školách ČR.**

Předkládaný projekt je zaměřen na zlepšení a ozdravení prostředí ZŠ s důrazem na zlepšení výživového a pohybového režimu po celou dobu, kdy jsou žáci ve škole. *„Jako velice důležité pro úspěch celého projektu vnímáme potřebu podpořit další vzdělávání učitelů, ale též vychovatelů a zaměstnanců školních jídelen - podpořit jejich znalosti v oblasti nutriční gramotnosti a nutriční výchovy a poskytnout jim kvalitní a moderní edukační materiály“.* Říká o projektu ředitelka iniciativy Víím, co jím a piju (VCJ) Lucie Gonzálezová. Projekt chce kultivovat školní prostředí a vytvářet podmínky, které pomohou žákům ZŠ osvojit si principy správné výživy, naučí je rozpoznat a zařazovat vhodné potraviny do jídelníčku.

Životní styl představuje z hlediska vlivu na zdraví jeden z nejvýznamnějších faktorů. Chronická neinfekční onemocnění způsobená nesprávnou výživou a nesprávnými stravovacími návyky či nedostatkem pohybových aktivit jsou stále častější a dotýkají se stále mladších skupin obyvatelstva. Děti v České republice se potýkají s vysokou mírou nadváhy a obezity způsobenou jednak nízkou spotřebou ovoce a zeleniny, vysokým příjmem nasycených tuků, soli a cukru, a současně i přechodem na sedavý způsob života a s tím souvisejícím poklesem fyzické aktivity. Správné stravování a fyzická aktivita přitom významně snižují riziko chronických onemocnění a významně přispívají ke zdravému vývoji dětí, k možnosti prožít více let ve zdraví a dobré úrovni jejich života.

Projekt „Fandíme zdraví“ vychází a je v souladu s Národním programem Zdraví, s programem Zdraví 21 a s Národní strategií Zdraví 2020 a souvisejícími akčními plány. Jak dále uvedla ředitelka VCJ Lucie Gonzálezová: *„Naším cílem není mentorovat a kritizovat, ale inspirovat, pomáhat a radit. Myslíme, že i malými intervencemi ve školách lze výrazně snížit rizika, zlepšit stravovací návyky a cítit se celkově lépe. Podle nás má smysl se snažit, a proto do tohoto projektu jdeme s heslem „Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš!“*

O projektu **Fandíme zdraví**:

Společnost Víím, co jím a piju o.p.s. za podpory Ministerstva zdravotnictví ČR a Magistrátu Hl. M. Prahy spouští pilotní program pro základní školy „Fandíme zdraví“, který je zaměřen na podporu správné výživy a pohybu žáků základních škol. Program nabízí pomocnou ruku vedení škol, zřizovatelům, pedagogům, ale také kuchařkám a vedoucím školních jídelen, tedy těm, kteří mají zdraví dětí ve svých rukou. Celý program vychází z předpokladu, že by školní prostředí mělo komplexně podporovat správnou výživu a vhodné pohybové aktivity v průběhu pobytu dětí ve škole. Program nabízí možnost, jak **komplexně podpořit snahu o průběžné**





**zlepšování stravovacích návyků žáků, zvyšování kvality školního stravování i rozšíření pohybových aktivit.** Cílem je motivovat, inspirovat, začlenit do výuky nové edukativní materiály, realizovat praktické semináře pro pedagogy, žáky i zaměstnance školních jídelen. Součástí programu je nezávislý audit školy v oblasti výživy a pohybu a závěrečné hodnocení. **Pilotní program je otevřen vybraným základním školám z Hl. m. Prahy, Středočeského kraje a Jihočeského kraje.**

[www.fandimezdravi.cz](http://www.fandimezdravi.cz)

O Vím, co jím a piju

**Vím, co jím a piju o.p.s.** je nevládní nezisková organizace, která sdružuje **renomované odborníky v oblasti zdravého životního stylu, výživy, preventivní medicíny a výchovy ke zdraví.** Již několik let se zabývají kvalitou potravin a výživou – především vhodným výběrem potravin, osvětou vyváženého stravování a celkovou podporou zdravého životního stylu. Pravidelné a odborně podložené informace spolu s informacemi o jednotlivých akcích a projektech na [www.vimcojim.cz](http://www.vimcojim.cz).

Pro případné doplnění a dotazy se prosím obračejte:

**Markéta Schwarcová, PR Manager**

gsm: +420 725 786 555

mail: [M.Schwarcova@vimcojim.cz](mailto:M.Schwarcova@vimcojim.cz)

